

Softeis laktosefrei



Zutaten

60 g Zucker

1 TL Vanillezucker

300 g gefrorene Beeren

2-3 Eiweiß (60-90 g)

Zubereitung

Zucker für 8 Sek. / Stufe 10 pulverisieren

Vanillezucker und die Früchte dazugeben und 60 Sek. / Stufe 7 zerkleinern.

Eiweiß dazugeben und weitere 5 Sek. / Stufe 5 verrühren.

Schmetterling-Aufsatz einsetzen und nochmals 2 Min. / Stufe 4 rühren.

Ein Traum mit wenig Kalorien und perfekt zum Einfrieren.

Du kannst natürlich auch jegliches andere (gefrorene) Obst dazu verwenden! Die Avocado und die restlichen Zutaten bis auf die Himbeeren in den Mixtopf geben und 25 Sek. / Stufe 4 zu einem Pudding pürieren.

Mit Himbeeren garnieren und servieren!